

## 「つばめ元気かがやきポイント事業」 4月1日から取組期間がスタート

ーボーナスポイント拡充のほか新たな健康づくり企画を実施しますー

今年度、過去最高の13,688人が登録した「つばめ元気かがやきポイント事業」の、新年度の取り組みが4月1日からスタートします。8年目となる新年度では、新たに導入する「健診予約システム」の利用にボーナスポイントを付与するなど、内容を拡充します。このほか、簡単な野菜レシピの調理やウォーキングを実行して、料理や風景の写真、感想を応募・シェアする「健康づくりチャレンジ企画」を新たに実施します。

### 【2021年度 つばめ元気かがやきポイント事業の概要】

- 1.取組期間：4月1日（木）～12月31日（金）
- 2.対象：燕市在住・在勤・在学者
- 3.参加申込：「登録申請書」を指定の窓口へ提出、FAX、郵送  
または市公式ウェブサイトの「かんたん申請」  
から登録（随時受付しています）
- 4.参加方法：交付される手帳に日々の健康づくりを記入
- 5.新年度の拡充点：
  - (1) ボーナスポイント（50ポイント付与）を拡充
    - ①「健診予約システム」から健診を予約する
    - ②取組開始時に「自分の今年の目標」を立て、達成する
  - (2) ポイント手帳の掲載内容を拡充
    - ①家でできる体操動画や、地域のサロンなどの通いの場一覧ページにリンクするQRコードを掲載
    - ②人生100年時代の健康づくりに向け、介護予防体操のページを拡充



### 【健康づくりチャレンジ企画の概要】

以下の企画に取り組み、作った料理やお気に入りの風景などの写真、取り組んだ感想を応募。応募内容は、市公式ウェブサイトで随時公開します。

- (1) 「ベジ足し」…ベジ足しパンフレット（簡単野菜レシピ）を見て料理を作る
- (2) 「歩いて発見」…市内を歩き、いいところやいいものを探す

**「ふるさと燕」を守ろう！**



本件についてのお問い合わせ先  
健康福祉部 健康づくり課：今泉  
電話：0256-93-5461（直通）